

6 がつのおしらせ



QRコードからもご覧になれます

○行事予定

- ・11(火) 歯科指導
- ・20(木) 保護者交流会
- ・22(土) わくわく土曜日
- ・28(金) ことばの講座 ※詳細は掲示します

○個別活動

- ・今月は4回予約ができます
- ・当日の担当はこちらで割り振らせていただきます
- 通所受給者証は毎月提出してください
- バスの乗降場所・時間の電話連絡をバス運転手がしています。そのため、保護者様の電話番号をバス会社と共有しています

6月のねらい	・大人との安定した関りの中で、興味あるものに触れたり、体を動かしたりして遊ぶ ・健康で気持ちよく過ごし、生活リズムが安定する			
月	火	水	木	金
ボデイケア	コーナーあそび	集団あそび	運動あそび	戸外あそび
マッサージ	屋上:シャボン玉 砂・コンビカー (天候により下旬から 水遊び・絵具)	大好き大好き何だろう リズム:おじぎそう きやーろのめだま ボール(大小) ぬくぬく	トンネル やまのぼり プラットホーム 揺れるあそび 布あそび	散歩 (海神町2丁目公園) 屋上 雨天:室内あそび

腸内細菌が育児ストレスに効果あり

子育て中のママは、産後の体調回復や生活時間の変化等で体調を崩しがちです。

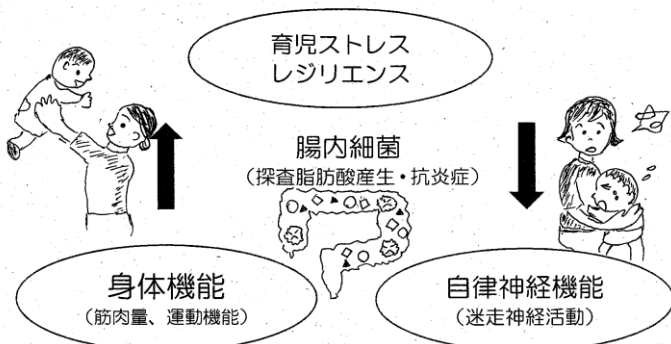
体調の乱れや、育児ストレスを起こす原因には、腸内細菌の種類や数も関係していることがわかりました。

育児ストレスが高い人は、腸内細菌の種類が少なく、腸内環境が乱れがち。

腸内環境がいい人は、レジリエンス(体調やストレスからの回復力)が高いそうです。

「腸は第二の脳」とも言われます。

心を穏やかに保つには、お腹の調子を整えることを意識してみてください。



参考文献

「腸内細菌叢が母親の育児ストレスや心身のレジリエンスに関連する
—腸内細菌叢・自律神経機能・身体状態から包括的にこころを支える支援を目指して—
2024年2月

◇歯科指導日◇

6月11日(火) 10:00~11:00

- * 歯科医による歯科健診
- * 歯科衛生士によるフッ素塗布と歯科相談
- * 準備: いつも使用している歯ブラシ等のケア用品

◇わくわく土曜日◇

6月22日(土) 9:20~11:30

* 定員8組(ご家族の参加もできます。大人は2名まで)

* 個別①②の予約ができます

* 活動内容

9:20 順次登園
個別①、自主活動

10:00 朝の集まり

10:15 保育活動「くだもの持りにいこーよ！」

10:50 個別②、自主活動

11:30 帰りの集まり

降園

◎ことばの講座◎

6月28日(金) 10:30~11:20

内容:ことばの育ちについて

講師:こども発達相談センター

言語聴覚士 渡邊先生

戸外あそびについて

新緑がまぶしい季節になり、気温も上がってきましたね

- ・散歩時も水分を持参してください
- ・屋上あそび、シャボン玉や泥んこ遊びもします
- 帽子、大きめのタオルや着替えの準備をお願いします

令和6年6月 出席予定表

氏名

さま

日付	出欠	個別活動	登園方法	行事予定
3 月		1 2 3	バス 車 その他	
4 火		1 2 3	バス 車 その他	
5 水		1 2 3	バス 車 その他	ことばの相談
6 木		1 2 3	バス 車 その他	心理相談
7 金		1 2 3	バス 車 その他	
10 月		1 2 3	バス 車 その他	
11 火		1 2 3	バス 車 その他	歯科指導(10:00~11:00)
12 水		1 2 3	バス 車 その他	
13 木		1 2 3	バス 車 その他	心理相談
14 金		1 2 3	バス 車 その他	
17 月		1 2 3	バス 車 その他	
18 火		1 2 3	バス 車 その他	心理相談
19 水		1 2 3	バス 車 その他	
20 木		1 2 3	バス 車 その他	保護者交流会
21 金		1 2 3	バス 車 その他	
22 土		1 2	バス 車 その他	わくわく土曜日
24 月		1 2 3	バス 車 その他	避難訓練
25 火		1 2 3	バス 車 その他	
26 水		1 2 3	バス 車 その他	
27 木		1 2 3	バス 車 その他	心理相談
28 金		1 3	バス 車 その他	ことばの講座・ことばの相談

※出欠欄に下記の記号を記入してください

○…出席 ○ノカ、○ノツなど…午前利用 カ…家事都合 ツ…通院 ホ…保育園 タ…他施設

※午前利用の方は備考欄に食前、食後を記入してください

※個別活動には、予約した時間帯を○で囲ってください

予約は4回(うち個別活動②は2回まで)可能です。①9:20~9:50 ②10:50~11:20 ③13:00~13:30

※自家用車での登園及びバスを利用される方は予約が必要です

※出席予定表は確認しますので、記入して登園日に持参してください